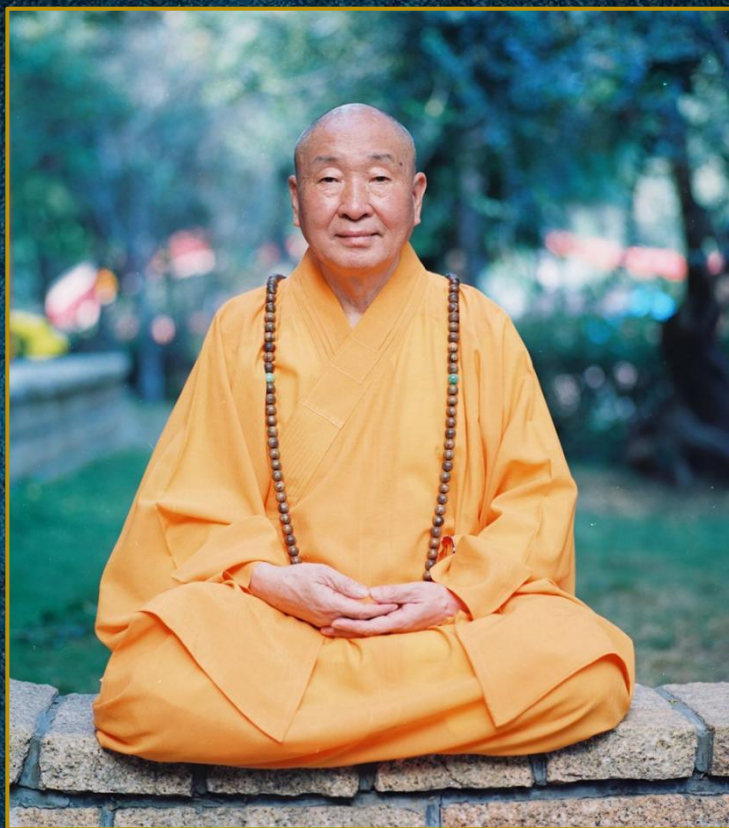


BUDDHISMO Y VEGETARIANISMO

吃素與學佛



CONFERENCIA DE DHARMA DEL GRAN MAESTRO

WEI CHUEH

上惟下覺老和尚
開示法語



BUDDHISMO Y VEGETARIANISMO

吃素與學佛

CONFERENCIA DE DHARMA DEL GRAN MAESTRO

WEI CHUEH

上惟下覺老和尚

開示法語

TRADUCIDO DEL CHINO AL INGLÉS POR EL

CHUNG TAI TRANSLATION COMMITTEE

2010



TOMADO DESDE:

[HTTPS://SUNNYVALE.CTZEN.ORG/](https://sunnyvale.ctzen.org/)

PARA UNA TRADUCCIÓN INDEPENDIENTE

DEL INGLÉS AL ESPAÑOL AMERICANO Y REFORMATADO

SIN FINES DE LUCRO Y SOLO CON MOTIVOS DE ESTUDIO Y PRÁCTICA POR

JÍADA DALEFFE

SIERRA DE LOS COMECHINGONES - ARGENTINA

OTOÑO DE 2024 - 4722 DRAGÓN DE MADERA

Esta conferencia de Dharma del Gran Maestro Wei Chueh fue traducida del chino al inglés por el Chung Tai Translation Committee. El CTTC está compuesto por Maestros de Dharma y discípulos laicos que se reúnen periódicamente. Para ver o descargar las traducciones del chino al inglés de varios sutras y conferencias de Dharma, visite "Dharma Gems" en <http://sunnyvale.ctzen.org>. Los comentarios y sugerencias pueden enviarse a traduction@ctzen.org



ÍNDICE

**ABAD FUNDADOR DE CHUNG TAI:
EL VENERABLE MAESTRO WEI CHUEH 5**

BUDDHISMO Y VEGETARIANISMO 7

INTRODUCCIÓN 11

CONCEPTOS ERRÓNEOS SOBRE EL VEGETARIANISMO 12

ESTAR EN CONCORDANCIA CON LA MENTE COMPASIVA 14

EL SUFRIMIENTO DE TRANSMIGRAR EN LOS SEIS REINOS 17

POSICIONES DEL MAHAYANA Y EL THERAVADA 20

OBSERVAR LOS SEIS DÍAS DE AYUNO 23

LA INTENCIÓN CORRECTA ES EL FUNDAMENTO 25

LA MENTE DA LUGAR A DISCRIMINACIONES Y APEGOS 27

LOS VEGETALES TIENEN LOS NUTRIENTES MÁS NATURALES 29

EL PUNTO DE PARTIDA CORRECTO 31

CULTIVANDO BENDICIONES Y SABIDURÍA 35

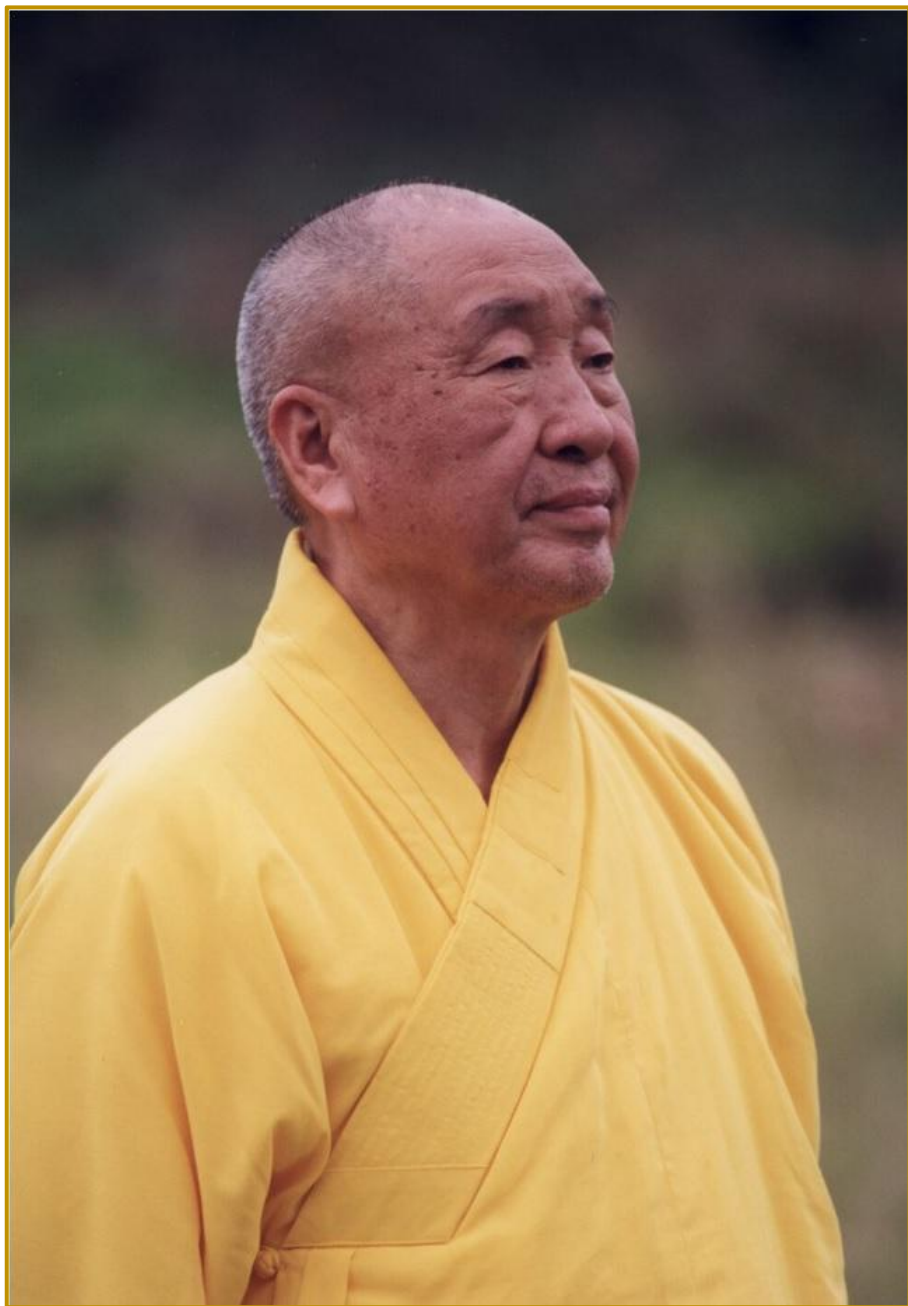
LOS CUATRO PRINCIPIOS DE CHUNG TAI 37

LOS TRES REFUGIOS 38

LOS CUATRO GRANDES VOTOS 39

ARREPENTIMIENTO 40

DEDICACIÓN DE MÉRITOS 41



ABAD FUNDADOR DE CHUNG TAI:
EL VENERABLE MAESTRO WEI CHUEH
上惟下覺老和尚

El Venerable Maestro Wei Chueh nació en Ying Shan, provincia china de Sichuan. En su juventud fue educado en los clásicos confucianos y profundizó en el estudio del buddhismo.

En 1963, fue ordenado bajo la dirección del Maestro Lin Yuan en el Monasterio Chan Shi Fan Da Jue (“Gran Iluminación”) en Keelung, Taiwán. Allí se levantaba todos los días antes del amanecer para limpiar el salón y el patio del monasterio. Mientras otros descansaban después del almuerzo, él permanecía en el Salón del Buddha y se postraba conscientemente. En todas sus tareas e interacciones diarias, siempre fue dedicado, considerado y diligente.

Para ampliar su práctica, el Venerable Wei Chueh se recluyó en solitario durante más de diez años en las montañas cercanas a Wan Li, un suburbio de Taipei. Con el tiempo, a medida que la zona se volvió más accesible, más y más personas llegaron a buscar la sabiduría de este elocuente maestro buddhista. Luego, sus seguidores le pidieron que saliera de su retiro en la montaña para difundir el Dharma.

El Maestro respondió construyendo el Monasterio Lin Quan Chan en el mismo lugar de su retiro, ampliándose más tarde al Monasterio Chung Tai Chan en la ciudad de Puli en el centro de Taiwán. (Para mostrar nuestro máximo respeto, nos dirigimos al Venerable Wei Chueh como Gran Maestro).

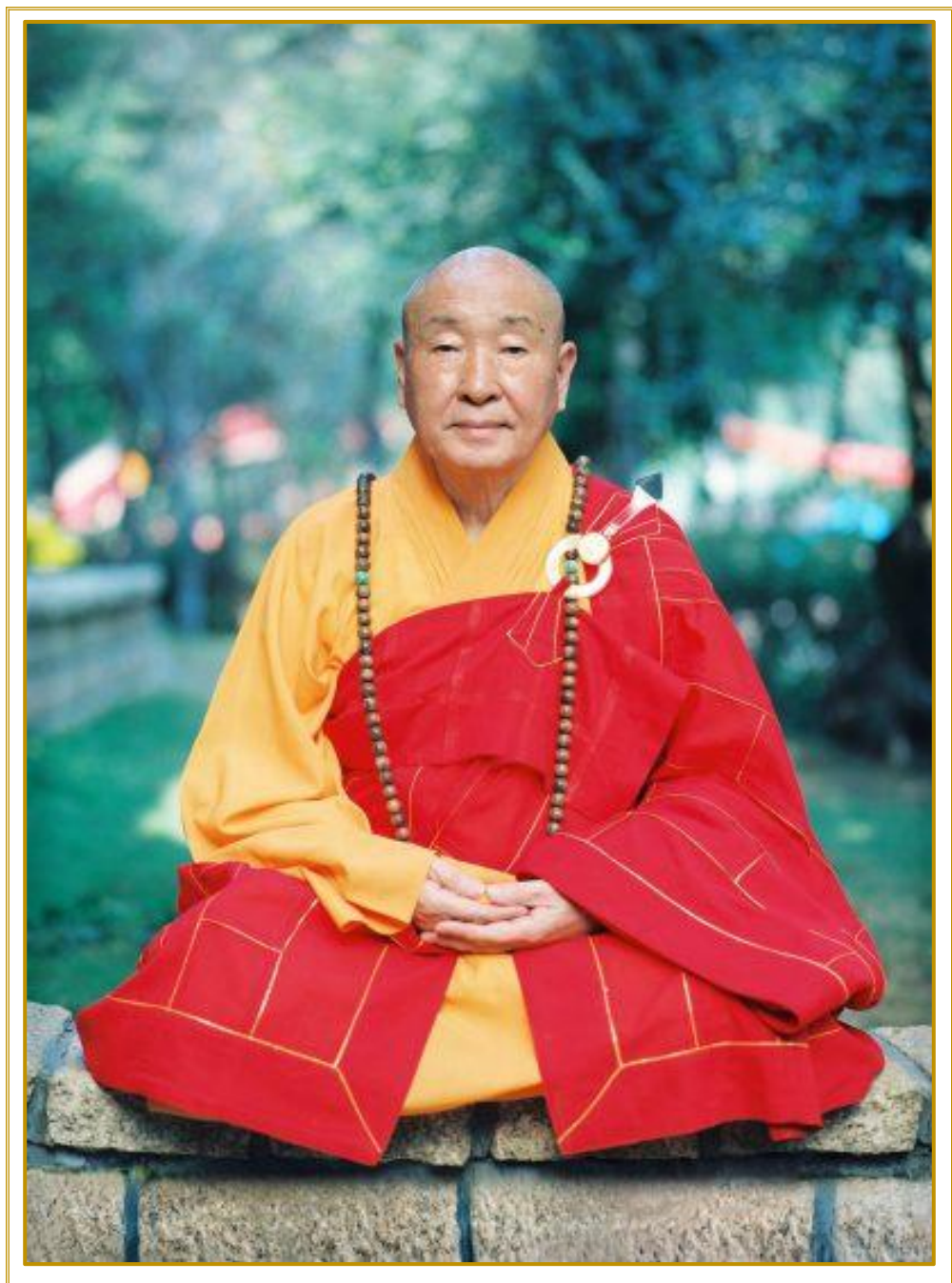
El Gran Maestro, adhiriéndose al objetivo del Buddha de enseñar el Dharma, mostrar el camino hacia la alegría duradera y promover la paz, estableció centros de meditación Chan en todo Taiwán y a nivel internacional.

Con frecuencia era¹ invitado a dar conferencias en universidades y diversas organizaciones. Cada año llevaba a cabo retiros de meditación de siete días para ayudar a los participantes a realizar su naturaleza perfecta intrínseca.

Para preservar la enseñanza para las generaciones futuras, enfatizó la importancia de la educación de los monjes y monjas budhistas y, por lo tanto, estableció el Instituto Buddhista Chung Tai para formar maestros de Dharma conocedores y cualificados. También fundó las escuelas Pu Tai (desde la primaria hasta la secundaria), que subrayan los valores de respeto, compasión e integridad moral en la educación de los jóvenes. Además, para promover la cultura tradicional y preservar la herencia budhista, el Gran Maestro también fundó el Museo Chung Tai.

¹ Nota de la traducción al español: se *ha cambiado el tiempo del verbo, de presente a pasado, de esta introducción a la vida del Venerable Maestro Wei Chueh realizada en 2010, dado que el Gran Maestro falleció el 8 April de 2016.*

Comenzando en Lin Quan y ahora en el Monasterio Chan Chung Tai, el Gran Maestro Wei Chueh ha brindado su visión, inspiración y guía a cientos de miles de seguidores, maestros monásticos y laicos por igual. Bajo su liderazgo, la esencia de las enseñanzas Chan se ha plantado profunda y ampliamente y está trayendo los frutos de la serenidad y la sabiduría al mundo.



BUDDHISMO Y VEGETARIANISMO

吃素與學佛

GRAN MAESTRO WEI CHUEH



INTRODUCCIÓN²

“La gran mente compasiva es la Mente del Buddha. El espíritu del buddhismo es la compasión y la igualdad. Si deseamos alcanzar una mente compasiva e igualitaria, primero, no debemos matar; segundo, debemos salvar y proteger vidas; tercero, debemos practicar el vegetarianismo. Si podemos lograr las tres cosas, nuestra mente compasiva se manifestará”.

Practicar el buddhismo es aprender del Buddha, aprender de la pureza de cuerpo, habla y mente del Buddha. “Aprender del cuerpo del Buddha” es emular las acciones del Buddha. Todas las acciones de nuestra vida diaria deben ser correctas y cumplir con los estándares más elevados. “Aprender del habla del Buddha” consiste en hablar siempre de forma correcta: no hablar mal, difamar, mentir ni hablar frívolamente. “Aprender de la mente del Buddha” es examinar y reflexionar constantemente sobre el surgimiento y el impacto de todos nuestros pensamientos para que sean del más alto nivel de perfección, verdad, virtud y belleza. Así, alcanzaremos la compasión, la sabiduría, el samadhi e incluso sus poderes espirituales y las maravillosas habilidades del Buddha.

² Este título fue añadido en la traducción al español.

CONCEPTOS ERRÓNEOS SOBRE EL VEGETARIANISMO

Hay muchos medios convenientes para ayudarnos a alcanzar la pureza de cuerpo, palabra y mente. Los medios convenientes pueden considerarse como un puente o un sendero. Ya sea en el trabajo o en la cultivación espiritual, no será fácil tener éxito sin utilizar medios convenientes. En la cultivación, un primer medio conveniente es practicar el vegetarianismo. El espíritu del buddhismo es la compasión y la igualdad. Si deseamos alcanzar una mente compasiva e igualitaria, primero, no debemos matar; segundo, debemos salvar y proteger vidas; tercero, debemos practicar el vegetarianismo. Si podemos lograr todo esto, nuestra mente compasiva se manifestará. Una mente compasiva es la mente del Buddha. Por lo tanto, aunque practicar el vegetarianismo parezca algo ordinario, su importancia es profunda y de gran alcance.

Sin embargo, hoy en día muchas personas sienten que no necesitan ser vegetarianos para practicar el buddhismo. Algunos estudiosos incluso han publicado puntos de vista erróneos que han influido en que los vegetarianos empiecen a comer carne. Por ejemplo, dicen que el Buddha no enseñó el vegetarianismo y que este no está relacionado con la cultivación. Incluso piensan que ser vegetariano no puede ayudar a erradicar el mal karma ni a alcanzar el Camino o la liberación. También dan muchos ejemplos que desorientan a la gente, diciendo que animales como las vacas, los caballos y los elefantes aún comiendo hierba son masacrados y sufren en los

tres reinos miserables; por lo tanto, ser vegetariano no ayuda a nuestra cultivación.

En la práctica del buddhismo, si nuestro punto de vista es erróneo, la dirección de nuestro cultivo estará en contradicción con nuestro objetivo; aunque dediquemos mucho tiempo y esfuerzo, no obtendremos ningún beneficio. La cultivación debe centrarse en nuestra mente; el más mínimo error conduce a un sinfín de errores. Actuando en contra del Camino, nos desviamos cada vez más del Camino. Si nos topamos con acantilados y precipicios, caeremos en el precipicio, creándonos problemas.

ESTAR EN CONCORDANCIA CON LA MENTE COMPASIVA

Si investigamos la opinión de que “ser vegetariano no conduce a la liberación” y “las vacas son vegetarianas pero aun así son sacrificadas”, veremos que las vacas, las ovejas y los caballos comen pasto no por su propia determinación. Tienen que comer hierba o morirán; por lo tanto es una forma de retribución, una forma de sufrimiento. En el buddhismo debemos examinar nuestra intención. Sólo cuando nuestro punto de vista sea correcto podremos beneficiarnos de nuestra práctica. Deberíamos entender el verdadero objetivo del vegetarianismo. Las vacas y las ovejas son herbívoras, pero no porque ellas decidan serlo. Nosotros somos vegetarianos por una mente de compasión e igualdad.

Además, muchas personas que no tienen creencias religiosas también son vegetarianas. Esto se debe a su temor de que la carne animal contenga demasiados antibióticos, hormonas y venenos. Les preocupa que comer carne provoque el endurecimiento de las arterias o cáncer. Muchos profesionales de la salud abogan por el vegetarianismo, incluso por vegetales crudos. Estas opiniones se basan en el deseo de mantener la salud. Si la capacidad de su mente está constreñida al interés propio, entonces no está en concordancia con la intención de la práctica budhista. De ahí que sus bendiciones puedan ser mucho menores.

“Estar en concordancia” significa tener la mente de la compasión y la igualdad. Tener una mente de igualdad y compasión es ser como un buddha o un bodhisattva. El *Sutra del Loto* dice: “Cuando los seres sensibles son felices, todos los buddhas son felices”. Una mente de gran compasión es el fundamento de todos los bodhisattvas. La gran compasión da origen a la mente bodhi, y la mente bodhi da origen a la iluminación. ¿Qué es una mente compasiva? Es lo que dijo el sabio confuciano Mencio en referencia a los animales: “Al verlos vivos, no podemos soportar verlos morir; al oír su voz, no podemos soportar comer su carne”. Cuando escuchamos los fuertes y lastimeros gritos de los animales antes de ser sacrificados, sabemos que es cruel y nos sentimos muy tristes. Por lo tanto, con una mente compasiva, no comemos la carne de seres sensibles. El sutra budhista dice que los animales salvajes también tienen naturaleza de Buddha. Tanto los humanos como los animales desean vivir y temen a la muerte; eso está en su conciencia. Por lo tanto, la primera razón para ser vegetariano se basa enteramente en la mente de compasión y en que todos los seres sensibles poseen la naturaleza de Buddha.

La segunda, todo el mundo está sujeto a la causalidad de los tres períodos de tiempo: pasado, presente y futuro. Si ahora comemos carne de animales, el dolor y el sufrimiento que les infligimos también nos serán infligidos a nosotros en el futuro. Todo el mundo sabe que si comemos ocho onzas de otros, tenemos que devolver media libra. El principio de causalidad nunca cambia, por lo que no debemos comer carne.

La tercera, todos los seres sensibles fueron y son nuestros parientes. Por lo tanto, debemos salvar y proteger todas las vidas mientras atesoramos las vidas de nuestras familias.

Para ser agradecidos y devolver las bondades, debemos tener compasión. Es debido a afinidades kármicas previas que estamos junto a nuestros padres, maestros, hermanos y compañeros cultivadores en esta vida. Sin embargo, existen afinidades buenas y malas. Si hemos formado buenas afinidades con los demás en el pasado, nos llevaremos bien con ellos en esta vida y nos ayudaremos unos a otros. Si robamos o engañamos a las personas, o no nos llevamos bien con ellas, cuando las encontremos en esta vida, nos causarán problemas o incluso se convertirán en nuestros enemigos. Esto se debe a la causalidad de los tres períodos de tiempo. Si observamos atentamente, nos daremos cuenta de que la causalidad afecta todos los aspectos de nuestra vida diaria.

EL SUFRIMIENTO DE TRANSMIGRAR EN LOS SEIS REINOS

Había una vez dos grandes maestros, Han Shan (“Montaña Fría”) y Shi De (“Expósito”), que eran las encarnaciones de los Bodhisattvas Majushri y Samantabhadra. Un día, cuando Han Shan viajaba y enseñaba entre la gente, vio un festín nupcial en una aldea, con un banquete de más de cien mesas, acompañado de tambores y címbalos. Todos se lo estaban pasando bien. Pero Han Shan empezó a sollozar. Al ver esto los familiares y amigos de los novios lo regañaron: “¿Está usted loco, esta es una ocasión alegre, ¿por qué llora?”. Ellos querían ahuyentarlo. Han Shan respondió: “No estoy loco. ¡Ustedes están locos!”. Ellos dijeron: “Está actuando como un tonto. ¿Por qué dice que estamos locos?”. Han Shan luego suspiró y recitó el siguiente verso:

*¡La transmigración en los seis reinos es sufrimiento!
El nieto se casa con su abuela,
Vacas y ovejas se sientan en los asientos de honor,
Los parientes de la boda son cocinados en la olla.*

La mayoría de las personas no tienen el ojo de la sabiduría, el ojo del Dharma, ni el ojo celestial (deva); por lo tanto, no pueden ver las transmigraciones en los seis reinos. No sabían que los novios en realidad estaban relacionados como nietos y abuelos en el pasado. Por eso Han Shan lamentó que todos vivieran en el engaño y la confusión. “Vacas y ovejas se sientan en los asientos de honor, los parientes de la boda son cocinados en la olla”. Los

invitados a la boda eran vacas y ovejas que fueron asesinadas en una vida anterior y nacieron en esta vida como humanos, sentados en los asientos de honor. Los pollos, patos, pescados y otros animales que se estaban cocinando eran parientes de la familia nupcial en vidas previas. Los buddhas y bodhisattvas tienen el poder de ver el pasado para poder ver claramente las conexiones del karma. Por eso, basándose en la compasión y la igualdad, nos dicen que no comamos la carne de seres sensibles.

La transmigración en los seis reinos es un gran sufrimiento. Si de vida en vida no practicamos el Camino diligentemente, renaceremos incesantemente. De los seis reinos, el más elevado es el reino celestial. Si practicamos los diez actos virtuosos, los cuatro dhyanas³ y las ocho concentraciones, podremos ascender a los reinos celestiales. El segundo reino son los asuras. Los asuras tienen las bendiciones del cielo pero no las virtudes celestiales; tienen rasgos desagradables. En tercer lugar está el reino de los seres humanos. Ahora estamos en este reino, pero cada una de nuestras bendiciones y retribuciones es diferente. El cuarto es el reino de los animales, y el quinto es el reino de los fantasmas hambrientos. El sexto es el infierno, el reino de mayor sufrimiento, está lleno de aquellos con graves ofensas. Si no practicamos con diligencia, seguiremos transmigrando dentro de los seis reinos y soportando el interminable sufrimiento del nacimiento, la vejez, la enfermedad y la muerte. Después de haber agotado todas las bendiciones del cielo, descenderemos al reino humano, y si hemos creado mal karma, descenderemos nuevamente a los reinos miserables y nos convertiremos en

³ Dhyana (禪那): Una disciplina para entrenar la mente para concentrarse y desarrollar una visión profunda.

animales, fantasmas hambrientos o seres infernales. Entonces, como la rueda de un carruaje, transmigramos sin cesar por los reinos celestiales, humanos, infernales, de los fantasmas hambrientos y de los animales. La vida humana no es más que un mar de dolor y sufrimiento sin fin.

POSICIONES DEL MAHAYANA Y EL THERAVADA SOBRE EL CONSUMO DE CARNE

¿Habló el Buddha sobre vegetarianismo? Los preceptos del bodhisattva Mahayana establecen claramente que no debemos comer carne de seres sensibles y también que debemos observar los seis días de ayuno (por mes). En las escrituras Theravada, el Buddha habla de comer las “tres carnes puras” y las “cinco carnes puras”, por lo que podemos ver que tanto los sutras Mahayana como los Theravada abogan por la compasión y la protección de la vida. Comer las “tres carnes puras” es sólo un medio conveniente que se proporciona porque los nuevos cultivadores y estudiantes del buddhismo todavía albergan el anhelo por la carne. Incluso sabiendo que comer carne crea karma, la gente no puede romper sus viejos hábitos de inmediato, sienten que no es una verdadera comida sin carne. Por lo tanto, el Buddha estableció el método conveniente de las “tres carnes puras”.

“Tres carnes puras” significa que la carne que se come debe cumplir tres requisitos para que sea pura y no sea causa de una transgresión: primero, no ver cómo matan al animal, segundo, no oír cómo lo matan, y tercero, no sospechar que lo están matando para nosotros.

Primero, “no ver cómo lo matan” significa que, cuando la gente va al mercado ve cómo matan a los pollos y patos, y piensa que la carne es, por lo tanto, muy fresca. No sólo permiten que

maten a los animales, sino que están ansiosos por comprar la carne. No tienen una mente compasiva; comer esta carne crea una transgresión.

Segundo, “no oír cómo lo matan” significa que si oímos los gritos agonizantes de un pollo o un pato cuando lo están matando, no debemos comer su carne.

Tercero, “no sospechar que lo están matado” significa que en la carnicería o en el mercado, el pollo fue comprado por el dueño de la tienda y no fue matado específicamente para nosotros. Si vamos a la casa de un amigo o familiar en Año Nuevo, todos sienten que es una rara ocasión para reunirse, por lo que matan con entusiasmo un pollo para prepararnos un suntuoso banquete. Si comemos esta carne, creamos mal karma. Si nos negáramos a comer carne, este pollo no habría muerto por nuestra culpa. Basados en la compasión, no sólo nosotros mismos no matamos, sino que tampoco pedimos a otros que maten para nosotros. Algunas personas tienen miedo de matar ellos mismos la vida, por lo tanto, piden a otros que los ayuden a matar un pollo, un pato o un pez y luego disfrutan comiéndolo, lo cual hace que otros creen mal karma. Esto es similar a conseguir que otros maten por ellos; son cómplices de un crimen, sus mentes son venenosas y el acto es transgresor.

Si deseamos proteger nuestra vida y tener buena salud, pero no podemos volvernos totalmente vegetarianos, al menos debemos comer las “tres carnes puras”. Una vez que nos acostumbremos a comer las tres carnes puras, gradualmente descubriremos nuestras raíces virtuosas y cultivaremos una mente compasiva.

Entonces podremos dar un paso más y comer las “cinco carnes puras”. Es decir, sólo comemos carne que cumpla estas tres condiciones y dos más: Una es que “murió de forme natural”. Si el animal murió de forma natural por enfermedad, vejez o accidente, podemos comerlo. Pero ahora la gente considera que la carne de un animal que murió por enfermedad o vejez no es saludable. Por lo tanto, no hay muchas posibilidades de comer este tipo de carne ahora. Otra regla son los “restos de aves”, esto es comer los restos de animales de las montañas que han sido comidos por animales salvajes y aves. Una vez más, esto rara vez se hace. Así que bien podríamos dejar de comer carne por completo, eso es ser verdaderamente puro.

OBSERVAR LOS SEIS DÍAS DE AYUNO

Otra forma conveniente de practicar el vegetarianismo es observar los “seis días de ayuno”. Muchas personas, por compasión, se abstienen de comer carne en el desayuno o el primer día del mes. Eso está bien. Pero no es una práctica registrada en las escrituras budhistas. Es sólo un medio conveniente para la gente. Según las escrituras, para obtener verdaderos beneficios debemos observar los “seis días de ayuno”. Estos son los días 8, 14, 15 de la primera mitad del mes (lunar), el 23 y los dos últimos días del mes. Durante esos seis días debemos abstenernos por completo de la carne de los seres sensibles y mantener la pureza de cuerpo, habla y mente. Los ojos sólo ven lo que es apropiado; los oídos sólo oyen lo que es apropiado; la boca no chismorre ni calumnia a los demás; la mente se mantiene alejada de los pensamientos engañosos; el cuerpo sólo realiza buenas acciones: eso es observar verdaderamente los seis días de ayuno. Algunas personas también toman los ocho preceptos prohibitivos y ayunan durante estos seis días o en otro momento. Todo esto puede aumentar los méritos y erradicar los obstáculos kármicos.

Hay causa y efecto para todo en este mundo. ¿Por qué debemos observar los seis días de ayuno? Porque el día 8 de cada mes, las comitivas de los Cuatro Reyes Celestiales bajan a la tierra para inspeccionar el bien y el mal en los hombres. Si hacemos buenas acciones ese día, las comitivas de los Reyes Celestiales las registrarán y las informarán a los Reyes, entonces las

bendiciones y la esperanza de vida aumentarán. Si cometemos muy malas acciones ese día, es posible que los Reyes Celestiales no esperen por nuestras retribuciones en la próxima vida, sino que inmediatamente nos envíen grandes desgracias en esta vida. El día 14 del mes, los hijos de los Cuatro Reyes Celestiales inspeccionarán el reino humano. El día 15 del mes, descenderán los cuatro Reyes en persona. Lo mismo ocurrirá en la segunda mitad del mes. Por eso, durante estos seis días, debemos "no hacer el mal y realizar todo el bien". Debemos ser diligentes e incesantes en realizar el bien mundano y la cultivación espiritual. Entonces nuestros méritos y nuestra esperanza de vida con seguridad aumentarán.

Algunos pueden sentir que esto parece animarnos a hacer buenas acciones sólo cuando los Cuatro Reyes Celestiales vienen a inspeccionarnos. En realidad, estos seis días de ayuno son sólo medios convenientes. Cuando nuestros buenos hábitos se hayan desarrollado por completo, cada día será naturalmente un día de "ayuno". Los buenos hábitos son difíciles de cultivar, pero los malos se aprenden rápidamente. Sin embargo, los malos hábitos que adquirimos y a los que nos volvemos adictos son muy difíciles de romper. Fumar, beber alcohol y anhelar la vida nocturna son ejemplos obvios. Por lo tanto, el buddhismo enseña que primero debemos deshacernos gradualmente de nuestros malos hábitos. Una vez que desarrollemos buenos hábitos y buenos pensamientos, nuestra mente se llenará de claridad.

LA INTENCIÓN CORRECTA ES EL FUNDAMENTO

El vegetarianismo tiene muchos beneficios. Sin embargo, para lograr verdaderamente el objetivo y los beneficios del vegetarianismo, debemos generar una mente de compasión e igualdad. No importa lo que hagamos, debemos tener la intención correcta. Si nuestra intención es correcta, ya sea que recitemos los nombres de los Buddhas, recitemos los sutras o seamos vegetarianos, obtendremos infinitos méritos y bendiciones. Sin embargo, si hacemos las mismas cosas sin la intención correcta, es posible que no haya bendiciones ni méritos. Si no tenemos una mente compasiva e igualitaria, y sólo practicamos el vegetarianismo por nuestro propio bien, aunque podamos obtener buena salud, eso es “apego al ego” (apego al ego falso); la ignorancia y la necedad de la mente podrán aumentar y no habrá méritos. Los animales que comen pasto son así. No lo hacen por ninguna determinación de compasión o igualdad, es sólo el resultado de su karma pasado. Las personas que dicen que las vacas y las ovejas son vegetarianas pero que no pueden alcanzar la liberación sólo ven la superficie, ignoran la verdadera razón por la que las vacas aún no han alcanzado la liberación.

En nuestra cultivación, ya sea como laicos o monjes, debemos tener la comprensión y la visión correctas, y debemos estudiar el buddhismo con maestros buenos y conocedores que tengan realizaciones genuinas. Tomar la decisión de ser vegetariano es muy importante para los cultivadores, pero ahora hay una

tendencia poco saludable en el buddhismo. Muchas personas, originalmente vegetarianas que han adoptado los cinco preceptos y se cultivan con mucha diligencia, luego escuchan que la secta esotérica permite a la gente comer carne y beber vino, por lo que comienzan a seguir esas prácticas. Sienten que la escuela esotérica es buena porque pueden disfrutar de los cinco deseos mundanos y aun así alcanzar la liberación y la buddheidad. ¡Este es un punto de vista erróneo! No se dan cuenta de que la razón por la que los practicantes esotéricos no practican el vegetarianismo es porque alguna vez llevaron la vida de pastores de animales en el Tíbet y allí no había vegetales, por lo tanto, tenían que comer carne. Ahora, debido a que el ambiente es diferente, muchos de ellos se han hecho vegetarianos. Por lo tanto, debemos saber que al practicar el buddhismo debemos ser vegetarianos basados en una mente de compasión e igualdad. Aquellos que quieren tomar atajos y utilizar la escuela esotérica para darse una excusa, dan rienda suelta a los cinco deseos y toman el camino equivocado. Esto sólo resultará en mal karma.

LA MENTE DA LUGAR A DISCRIMINACIONES Y APEGOS

Mucha gente siente que la comida vegetariana carece de nutrientes o que no sabe bien. En realidad, éste es un problema de la mente, no una cuestión de nutrición. Que la comida sepa bien o mal es relativo, es el resultado de una mente que discrimina.

Por ejemplo, a algunas personas les gusta comer alimentos ligeramente condimentados. A los cantoneses les gustan los alimentos dulces, ácidos y salados. A la gente de Hunan, Sichuan y Hubei le gustan las comidas picantes y saladas. A la gente de Zejiang le gustan los alimentos con olores fuertes, cuanto más fuertes mejor, del mismo modo que a algunas personas les gusta comer tofu fermentado, pero a otros su olor les da dolor de cabeza. A la gente del sur de China le gusta comer arroz, a los nortños les gusta comer fideos, y si tienen un diente de ajo en salsa picante para acompañar los bollos de trigo, es mejor que un banquete de Año Nuevo. Los brasileños no disfrutarían de una comida sin algunos platos ácidos. Por lo tanto, ácido, dulce, amargo y picante: ¿qué alimento sabe mejor? Cuando vemos estas diferentes preferencias, nos damos cuenta de que lo que sabe bien y lo que sabe mal es ilusorio e irreal. Todo se debe a nuestras propias discriminaciones y apegos.

El buddhismo enseña que "todos los dharmas surgen de condiciones; todos los surgimientos condicionales son vacíos por naturaleza". Todos los fenómenos surgen de la unión de

causas y condiciones; todos ellos son ilusorios y vacíos por naturaleza. Lo mismo ocurre con los sabores. Se debe a hábitos pasados y a preferencias individuales derivadas de la discriminación y el apego.

Tanto los laicos como los monjes pueden haber tenido las siguientes experiencias: antes de hacerse vegetarianos, comían mucho pescado y carne, no estaban acostumbrados a alimentos básicos ni a comidas sencillas. Pero después de hacerse vegetariano o monástico durante mucho tiempo, durante 10, 20, 30 o incluso 40 años, sienten que las verduras son dulces, fragantes y deliciosas; en cambio, el hedor de la carne y el pescado les produce náuseas. Esto también se debe a las discriminaciones de la mente.

Supongamos que usted no fue al banco antes de que cerrara y está angustiado por su flujo de efectivo mientras cena con un amigo. Aunque la comida sea abundante y deliciosa, no puede disfrutarla; su mente está llena de aflicciones, por lo que la comida es insípida. En nuestra sociedad actual, hay muchos trabajadores que comen alimentos simples y sencillos, y sin embargo están muy sanos. Por otro lado, los ricos comen comidas suntuosas todos los días e incluso toman suplementos, pero tienen muchos problemas de salud. Esto se debe a que sus mentes están llenas de aflicciones, no pueden digerir ni absorber los alimentos, los cuales pronto se excretan. Todo esto demuestra que la preferencia por la comida vegetariana o la carne, lo que sabe bien y lo que no, se debe enteramente a la mente.

LAS VERDURAS TIENEN LOS NUTRIENTES MÁS NATURALES

Mucha gente cree que una dieta vegetariana no es lo suficientemente nutritiva. Esto es simplemente falso. Hoy en día, cada vez más personas que no tienen creencias religiosas se han hecho vegetarianas por motivos de salud. Durante décadas, nosotros, como vegetarianos, nunca hemos comido carne, pero estamos bastante sanos. Esto demuestra que los vegetales son muy nutritivos. Las vitaminas y proteínas se extraen principalmente de plantas y rara vez de animales. Entonces, ¿cómo puede la gente decir que las verduras no tienen nutrientes? Además, ¿no comen hierba los animales fuertes como los elefantes, las vacas y los caballos? Esto demuestra que el valor nutritivo de las verduras no es el verdadero problema, es nuestra mente.

La esperanza de vida de un ser humano es actualmente relativamente corta. Muchas civilizaciones antiguas tienen registros de personas que vivieron vidas muy largas. Piense en esto, ahora con los avances en la medicina y la ciencia, deberíamos estar mucho más sanos, pero ¿por qué nuestra esperanza de vida no es mucho más larga? Las razones se ven fácilmente. Primero, en el pasado, la gente comía alimentos naturales como verduras y frutas y utilizaban hojas para vestirse. Hoy en día, la gente come y se viste lujosamente, pero su comida contiene muchos ingredientes y productos químicos artificiales. Segundo, en el pasado, la madera se utilizaba para construir casas; Sui Ren Shi descubrió el fuego frotando trozos

de madera; Yiu Cao Shi enseñó a la gente a construir casas en los árboles. Por motivos de salud, a la gente ahora también le gusta comer alimentos naturales y orgánicos y vivir en casas construidas con madera. Están volviendo a estas prácticas antiguas. Esto demuestra que una dieta vegetariana es ciertamente saludable y nutritiva.

EL PUNTO DE PARTIDA CORRECTO

En el buddhismo, la razón para ser vegetariano no es que la gente pueda vivir mucho tiempo, sino su mente de compasión e igualdad. Primero, los seres sensibles son futuros buddhas y bodhisattvas, por lo tanto, no debemos comer la carne de seres sensibles. Segundo, todo el mundo tiene naturaleza de Buddha. Además de proteger nuestra propia vida, también debemos respetar la vida de todos los seres sensibles. Tercero, el vegetarianismo se basa en el principio de causalidad que abarca el pasado, el presente y el futuro. Por lo tanto, entendemos claramente que la razón del vegetarianismo es la causa del bodhisattva, la causa correcta. Si nuestras acciones se basan en estos principios, las recompensas serán ilimitadas. Si no tenemos una intención correcta al practicar el vegetarianismo, aunque las buenas acciones conduzcan a buenas retribuciones, los beneficios se reducirán considerablemente.

Esta mente es muy sutil. Si nuestras intenciones son correctas, todas nuestras acciones tendrán méritos inconmensurables: serán actos brillantes y virtuosos. Si nuestras intenciones no son las correctas, podemos trabajar muy duro sin obtener buenas retribuciones, en su lugar, incluso podemos crear mal karma. Tanto la práctica buddhista como los esfuerzos mundanos funcionan de esta manera. Por lo tanto, sea cual sea la carrera que sigamos, debemos examinar constantemente esta mente causal y preguntarnos por qué deseamos convertirnos en médico, arquitecto, político, hombre de negocios o incluso

perseguir el conocimiento. Por ejemplo, ¿con qué intención hacen los políticos campaña para un cargo? Si es con una mente de compasión por el país y la sociedad para que todas las personas tengan paz, una mente para proteger los empleos y las familias, y una mente en la que todas sus acciones se basan en el amor y el cuidado de las personas y las cosas, entonces cuanto más alto sea su cargo político, mejor, ¡porque ya son bodhisattvas! Debido a sus altas posiciones en la sociedad, pueden servir a más personas y realizar trabajos más importantes. ¿No es ese el camino del bodhisattva? Sin embargo, si sólo se inflan a sí mismos, se dejan tentar por la fama, el beneficio o el deseo cuando hacen campaña para un cargo, será desastroso, no sólo sufrirán la derrota y la infamia, sino que también descenderán a los reinos del sufrimiento en el futuro.

El camino espiritual también es así. Debemos tener claro por qué recitamos los sutras y meditamos. Por ejemplo, ahora existen los llamados “grupos de canto” a los que se invita a ir a recitar los sutras en los funerales. Después del canto, piden dinero, se dedican al negocio de vender bendiciones budhistas. En el buddhismo esto se llama “vender al tathagata”. Esto no sólo no tiene méritos sino que crea una falta. Recitar los sutras es algo bueno, es una práctica budhista; ¿Cómo podría volverse una falta? Esto se debe a una mente errónea. Además, la práctica de la meditación originalmente tiene como objetivo ayudar a iluminar la mente y ver nuestra verdadera naturaleza, y a cultivar el samadhi y la sabiduría. Pero a algunas personas esto no les importa y en cambio desean alcanzar poderes espirituales a través de la meditación, o desean que los bodhisattvas vengán a informarles sobre el futuro, o incluso les den los números

correctos de la lotería en su meditación. Meditar con motivos tan sombríos no sólo carece de méritos, sino que fácilmente conducirá a aflicciones e incluso causará problemas mentales. Además, los monjes también deben albergar una visión adecuada de la cultivación, deben reflexionar constantemente que sus razones para abrazar la vida monástica son porque desean renunciar al mundo, renunciar al hogar en los tres reinos, al hogar de la ignorancia, y beneficiarse a sí mismos y a los demás. Si nuestro punto de vista es erróneo, incluso si abrazamos la vida monástica, no habrá méritos. ¿Por qué? Si lo hacemos debido a ciertas tensiones de la vida, o para escapar de los deudores: “si el punto de partida no es verdadero, el camino hacia el objetivo será enrevesado”; cuando nuestro punto de vista no es correcto, no obtendremos los grandes beneficios de abrazar la vida monástica.

El camino de la mente es extremadamente sutil, si se falla por un cabello, el resultado puede diferir en mil millas. El buddhismo dice: “Todos los triples reinos son sólo esta mente; todos los diez mil dharmas son meramente conciencia”. El cultivo espiritual no es más que cómo regulamos nuestra mente y cómo usamos esta mente. Debemos alcanzar una mente de samadhi, pureza y claridad; ser capaz de discriminar lo que es brillante y lo que es oscuro; y saber qué se debe hacer y qué no se debe hacer. La mente debe estar perfectamente clara.

El buddhismo nos enseña lo que es correcto y verdadero. Si esta mente es como un espejo o un estanque de agua tranquila, sin la más mínima contaminación, sin dar lugar a un solo pensamiento engañoso, morando constantemente en el samadhi

y la sabiduría, entonces esta mente es el Buddha Dharma. Cuando realmente alcancemos este nivel, la mente penetrará todos los reinos del dharma y alcanzará la “resonancia espiritual (感應)”. Podemos lograr lo que la gente llama “todos nuestros deseos se harán realidad” y “cuando la mente es espiritual, las bendiciones vienen de forma natural”. Entonces tanto nuestros estudios como nuestras carreras con seguridad serán exitosos. Si la mente está siempre dispersa, somnolienta y confusa, tendremos incluso malos sueños por la noche, estaremos letárgicos durante el día e incapaces de tomar decisiones claras en nada; entonces, ¿cómo podemos esperar alguna resonancia espiritual?

CULTIVANDO BENDICIONES Y SABIDURÍA

El vegetarianismo está íntimamente relacionado con el buddhismo y estrechamente relacionado con nuestros méritos, virtudes, sabiduría y samadhi. Tanto los sutras Mahayana como los Theravada ensalzan la importancia de no matar y de la compasión por todos los seres sensibles. Por lo tanto, esperamos sinceramente que todo practicante del buddhismo tome la senda correcta. En la cultivación, primero debemos cultivar los méritos manteniendo los preceptos y teniendo una mente compasiva. Sin embargo, para desarrollar la compasión, primero, no debemos matar; segundo, debemos salvar y proteger vidas; y tercero, debemos practicar el vegetarianismo. Si podemos incorporar estos principios en nuestra vida diaria, disciplinarnos y entrenarnos, eventualmente realizaremos la verdadera compasión e imparcialidad. Entonces la mente se volverá pura y alcanzaremos la liberación. El buddhismo es la más verdadera de las verdades. Si ponemos una medida de esfuerzo, obtendremos una medida de beneficio; si ponemos diez medidas de esfuerzo, obtendremos diez medidas de beneficio.

El vegetarianismo también es bueno para nuestra salud. Desde un punto de vista médico, las verduras pueden reducir la presión arterial y disminuir las posibilidades de cáncer y muchas otras enfermedades. Pero en el buddhismo defendemos una motivación totalmente basada en la compasión para volverse vegetariano. Por lo tanto, ya sea que la gente espere

buena salud, progreso espiritual, sabiduría, bendiciones, méritos o compasión, todos deberían practicar el buddhismo y el vegetarianismo. El primer paso es limitarse poco a poco a comer las “tres carnes puras”. Luego, de nunca matar vidas, salvar vidas y proteger vidas, llegamos aún más lejos al vegetarianismo.

El fundamento de la práctica del buddhismo es establecer una correcta comprensión y una correcta visión. Espero que todos tengan esta comprensión, y creo que los sabios seguramente saben como reflexionar y cuidar de sí mismos. Debemos trabajar diligentemente desde la causa correcta, en lugar de desear ciegamente el resultado correcto. Lo que sembremos, con seguridad lo cosecharemos. Debemos ser firmes en esta dirección correcta si deseamos progresar en nuestra cultivación buddhista.

LOS CUATRO PRINCIPIOS DE CHUNG TAI

中台四箴行

Con nuestros ancianos, sé respetuoso,
Con nuestros jóvenes, sé amable,
Con toda la humanidad sé armonioso,
En todos los esfuerzos, sé sincero.

對上以敬，對下以慈，
對人以和，對事以真。

LOS TRES REFUGIOS

三皈依

Tomo refugio en el Buddha, que puedan todos los seres sensibles

Comprender profundamente el Gran Camino, y hacer surgir la mente bodhi.

Tomo refugio en el Dharma, que puedan todos los seres sensibles

Entrar profundamente en el tesoro del sutra, y tener una sabiduría vasta como el mar.

Tomo refugio en la Sangha, que puedan todos los seres sensibles

Formar juntos una gran asamblea, todos y cada uno en armonía.

自皈依佛	當願眾生	體解大道	發無上心
自皈依法	當願眾生	深入經藏	智慧如海
自皈依僧	當願眾生	統理大眾	一切無礙
和南聖眾			

LOS CUATRO GRANDES VOTOS

四弘誓願

Incontables son los seres sensibles, hago el voto de liberarlos;
Infinitas son las aflicciones, hago el voto de erradicarlas;
Innumerables son los Dharmas, hago el voto de dominarlos;
Supremo es el Camino del Buddha, hago el voto de alcanzarlo.

眾生無邊誓願度 煩惱無盡誓願斷
法門無量誓願學 佛道無上誓願成

ARREPENTIMIENTO

懺悔偈

Todo el daño que he hecho, desde tiempos inmemoriales,
Es causado por la codicia, la ira y la ignorancia,
Y producido a través de mi cuerpo, habla y voluntad,
Ahora lo confieso y lo enmiendo todo.

往昔所造諸惡業 皆由無始貪瞋痴
從身語意之所生 一切罪障皆懺悔

DEDICACIÓN DE MÉRITOS

回向偈

Que puedan los méritos de nuestras acciones
Llegar a todas las partes del mundo;
Que los seres sensibles grandes y pequeños
Todos alcancen la iluminación.
Maha-Prajna-Paramita

願以此功德 普及於一切
我等與眾生 皆共成佛道
摩訶般若波羅蜜



中台禪寺

CHUNG TAI CHAN MONASTERY

台灣南投縣埔里鎮一新里中台路一號

One Chung Tai Road, Puli, Nantou, Taiwan 545, R.O.C.

Phone: 049-930-215

E-mail: ctworld@mail.ctcm.org.tw

www.ctworld.org.tw

佛門寺

BUDDHA GATE MONASTERY

3254 Gloria Terrace

Lafayette, California 94549

Phone: 925-934-2411

Fax: 925-934-2911

E-mail: mail@buddhagate.org

www.buddhagate.org

普德精舍

CHUNG TAI ZEN CENTER OF HOUSTON

12129 Bellaire Boulevard

Houston, Texas 77072

Phone: 281-568-1568

Fax: 281-568-1569

E-mail: zen@cthouston.org

www.cthouston.org

中洲禪寺

MIDDLE LAND CHAN MONASTERY

1173 San Bernardino Avenue,

Pomona, CA 91767

Phone: 909-625-0187

Fax: 909-625-0189

E-mail: middleland@ctzen.org

www.ctzen.org/middleland

佛心寺

BUDDHA MIND MONASTERY

5916 S Anderson Road

Oklahoma City, Oklahoma 73150

Phone: 405-869-0501

Fax: 405-869-0503

E-mail: buddhamind@ctzen.org

www.ctbuddhamind.org

佛寶寺

BUDDHA JEWEL MONASTERY

7930 Rainier Avenue South

Seattle WA 98118

Phone: 206-721-9921

Fax: 206-721-9922

E-mail: buddhaJewel@ctzen.org

www.buddhaJewel.org

法寶寺

DHARMA JEWEL MONASTERY

2550 Henderson Mill Road NE,

Atlanta, GA 30345

Phone: 770-939-5008

Fax: 770-939-5006

E-mail: dharmajewel@ctzen.org

<http://dharmajewel.us>

太谷精舍

CHUNG TAI ZEN CENTER OF SUNNYVALE

750 E. Arques Avenue

Sunnyvale, California 94085

Phone: 408-733-0750

Fax: 408-733-0751

E-mail: sunnyvale@ctzen.org

<http://sunnyvale.ctzen.org>

*Que puedan todos los méritos y virtudes resultantes
de este texto, sus traducciones, su lectura y su difusión,
distribuirse por todas partes sin discriminación;
que podamos todos generar la bodhicitta
y renacer juntos en Sukhavati,
la Tierra Pura del Oeste de la Dicha Suprema.
Que puedan los méritos y virtudes resultantes
adornar la Tierra Pura del Buddha Amitabha
devolver las cuatro bondades previas
y aliviar el sufrimiento en los tres malos caminos inferiores.
Que por los méritos y virtudes resultantes
puedan todos los seres ser felices y estar libres de sufrimiento
y que pueda la paz prevalecer en este mundo
y en todos los mundos diferentes.*

TRADUCCIONES

Amitabha & Sukhavati



EL CAMINO DEL RECUERDO DEL BUDDHA

[HTTPS://AMITABHAYSUKHAVATI.WORDPRESS.COM/](https://AMITABHAYSUKHAVATI.WORDPRESS.COM/)

